

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ Башкирская
гимназия с.Большеустьикинское
Абубакирова З.Х.

01.06.2026 г.



**Режим дня
ЗСДОЛ «Карлугас»
при муниципальном общеобразовательном бюджетном учреждении
Башкирская гимназия с. Большеустьикинское
муниципального района Мечетлинский район
Республики Башкортостан**

Пребывание детей	Элементы режима дня
8:00	подъем
8:15	зарядка
8:30	уборка комнат
9:00	завтрак
10:00 – 13:00	активный отдых, внутриотрядные и общелагерные мероприятия.
13:00 – 13:30	свободное время
13:30	обед
14:00 – 15:30	тихий час
15:30	полдник
16:00 – 18:00	активный отдых, внутриотрядные и общелагерные мероприятия.
18:00 – 19:00	свободное время
19:00	ужин
20:00	общелагерные мероприятия
21:30	второй ужин
22:00	подготовка ко сну
22:30	сон